

# 社会支持对精神科患者康复的影响研究

杨轩皓 杨勇 张辰

连云港市康复医院，江苏连云港，222000；

**摘要：**本研究聚焦社会支持对精神科患者康复的影响，通过系统梳理国内外文献，从家庭、社区、朋辈及专业机构等多个维度剖析社会支持的作用机制。运用问卷调查与访谈相结合的方法，对 200 名精神科患者展开实证研究。结果显示，良好的社会支持与患者康复效果显著正相关，尤其在提升患者服药依从性、改善心理状态及促进社会功能恢复方面作用突出。研究为优化精神科患者康复支持体系提供了理论与实践依据，强调应构建全方位、多层次的社会支持网络以助力患者康复。

**关键词：**精神科患者；社会支持；康复影响

**DOI：**10.69979/3029-2808.25.10.050

## 引言

精神疾病作为全球性公共卫生问题，严重影响患者身心健康与生活质量，也给家庭和社会带来沉重负担。据世界卫生组织数据，全球约有 10 亿人受精神健康问题困扰，且患病率呈上升趋势。在中国，精神疾病负担占疾病总负担的 20%，预计到 2025 年将达 25%。精神科患者康复不仅关乎个体命运，更对社会稳定与发展意义重大。

传统精神疾病治疗侧重药物干预，虽能缓解症状，但患者在社会功能恢复、心理重建及预防复发等方面仍面临挑战。大量研究表明，社会支持在精神科患者康复进程中扮演关键角色，是促进患者全面康复的重要因素。社会支持涵盖情感、物质、信息及社交等多方面援助，能为患者提供心理慰藉、生活保障及融入社会的机会，对提升患者康复效果、降低复发率、改善生活质量作用显著。深入探究社会支持对精神科患者康复的影响，对完善精神卫生服务体系、提高患者康复水平、推动其回归社会具有重要现实意义。

## 1 精神科患者康复需求与社会支持现状

### 1.1 精神科患者康复需求分析

精神科患者康复需求具有多元性和复杂性。从生理层面看，药物治疗是基础，但药物副作用常给患者带来困扰，如精神分裂症患者服用抗精神病药物可能出现锥体外系反应、代谢综合征等，影响患者服药依从性与生活质量，因此缓解药物副作用、促进身体机能恢复是患者重要需求。

心理层面，精神疾病常导致患者自卑、焦虑、抑郁等负面情绪，病耻感严重，对自身疾病认知偏差大。如抑郁症患者易陷入自我否定，双相情感障碍患者情绪波

动大，难以有效管理情绪，他们急需心理疏导、情绪调节技巧及增强自信与自尊的方法。

社会功能方面，患者在人际交往、职业发展及家庭关系处理上存在诸多障碍。精神疾病使患者社交退缩，难以建立和维持正常人际关系；职业技能下降或缺乏职业培训机会，导致就业困难；家庭中沟通不畅、角色适应不良等问题突出。患者渴望恢复社交能力、获得职业支持、重建和谐家庭关系，以重新融入社会。

### 1.2 社会支持在精神科康复中的理论基础

社会支持在精神科康复中的理论基础深厚。社会支持缓冲理论认为，社会支持可缓冲压力事件对个体的负面影响，为个体提供应对压力的资源与策略。精神疾病患者面临疾病本身、治疗过程及社会歧视等多重压力，良好社会支持能减轻压力冲击，如家人的陪伴与鼓励可缓解患者患病后的焦虑与无助。

社会学习理论指出，个体通过观察、模仿他人行为学习新技能与行为模式。在精神科康复中，患者可在社会支持环境下，通过与他人互动，学习应对疾病、情绪管理及社交技巧等。如在同伴支持小组中，患者相互分享康复经验，模仿积极行为，促进自身康复。

社会融合理论强调个体与社会环境融合的重要性。精神科患者融入社会过程中，社会支持为其提供参与社会活动机会，帮助建立社会联系，增强归属感。社区组织的康复活动让患者与社区成员互动，逐渐恢复社会功能，实现社会融合。这些理论从不同角度阐释社会支持对精神科患者康复的作用机制，为实践提供有力支撑。

### 1.3 社会支持现状调查与问题剖析

为深入了解精神科患者社会支持现状，本研究采用问卷调查与访谈相结合的方法，对 200 名精神科患者进

行调查。问卷调查涵盖患者基本信息、社会支持来源(家庭、社区、朋辈、专业机构等)、支持内容及患者对支持满意度等方面;访谈选取部分患者、家属及相关工作人员,深入了解社会支持实施过程中的问题与需求。

调查结果显示,家庭是患者主要社会支持来源,85%患者表示家庭给予情感陪伴与生活照料。但部分家庭因长期照顾压力大、对疾病认知不足,支持质量有待提高。社区支持方面,仅30%患者参与过社区组织的精神康复活动,社区康复资源匮乏、专业人员短缺问题突出。朋辈支持相对薄弱,患者社交圈子窄,朋辈间交流互动少。专业机构支持集中在医院治疗阶段,出院后随访与康复指导不足。

从数据与访谈内容分析,社会支持存在问题主要包括:支持体系不完善,各支持主体间缺乏有效协作,未形成合力;支持内容单一,重物质与生活照料,轻心理支持与社会功能重建;支持持续性差,患者出院后支持易中断;社会对精神疾病认知偏见严重,阻碍患者获得广泛社会支持。这些问题制约社会支持在精神科患者康复中作用的发挥,亟待解决。

## 2 社会支持对精神科患者康复的影响机制

### 2.1 家庭支持的核心作用

家庭支持在精神科患者康复中占据核心地位。在情感陪伴与心理慰藉方面,家庭为患者提供温暖港湾。如抑郁症患者小A,发病期间情绪低落、自我封闭,家人时刻陪伴身边,耐心倾听倾诉,给予鼓励与安慰,让小A感受到被爱与接纳,逐渐走出心理阴霾。研究表明,家庭情感支持可降低患者焦虑、抑郁情绪,提高心理韧性。

家庭在督促治疗与康复管理上作用关键。家属协助患者按时服药、定期复诊,监督康复训练执行。精神分裂症患者小B家属,每天提醒小B服药,记录病情变化,陪其参加康复治疗,使小B病情得到有效控制。家庭参与治疗管理可提高患者服药依从性,降低复发风险。有研究指出,家庭积极参与治疗的患者复发率比家庭参与度低的患者降低30%。

家庭关系重建与角色适应对患者康复意义重大。患者患病后家庭角色与关系改变,通过沟通与调整,重新构建和谐家庭关系,帮助患者适应角色。躁郁症患者小C患病后无法承担家庭主要经济责任,家庭通过分工调整,让小C在力所能及家务中找到价值,增强自我认同,促进康复。良好家庭关系与角色适应可提升患者生活满意度与康复动力。

### 2.2 社区支持的积极影响

社区为精神科患者提供了康复的重要外部环境。社区康复项目丰富多样,涵盖职业技能培训、社交活动组织及生活技能训练等。在职业技能培训方面,如某社区为精神科患者开展手工制作、烘焙等培训课程,帮助患者掌握一技之长,为就业做准备。患者小D参加手工制作培训后,作品在社区义卖中获得好评,增强了自信心,也为就业创造了机会。

社交活动方面,社区组织的文艺演出、运动会等活动,为患者提供社交平台,帮助患者拓展社交圈子,提升社交能力。生活技能训练中,教患者烹饪、理财等生活技能,提高生活自理能力。社区环境营造与宣传教育对消除社会歧视、接纳患者至关重要。社区通过举办精神疾病知识讲座、宣传展板展示等活动,普及精神疾病知识,改变居民对患者偏见。某社区宣传活动后,居民对精神科患者态度明显改善,主动与患者交流互动增多,为患者营造了包容友好社区氛围,促进患者融入社会。

### 2.3 朋辈支持的独特价值

朋辈支持基于共同经历与相似处境,对精神科患者康复具有独特价值。同伴间理解与共情是朋辈支持的基础。精神疾病患者在与朋辈交流中,能感受到被理解,减少孤独感。如在精神康复同伴支持小组中,患者们分享患病经历、治疗感受及康复困难,彼此理解与共鸣,心理压力得到释放。

朋辈支持在经验分享与榜样示范上作用显著。康复较好朋辈分享成功经验,为其他患者提供借鉴。患者小E在同伴支持小组中,听康复者分享坚持服药、积极参加康复训练经验后,深受鼓舞,改变消极态度,积极配合治疗,病情逐渐好转。朋辈间相互鼓励监督,可提高患者康复依从性与积极性,共同面对康复挑战。

### 2.4 专业机构支持的保障功能

专业机构支持贯穿精神科患者康复全程,为康复提供专业保障。在专业治疗与指导方面,医院精神科医生根据患者病情制定个性化治疗方案,包括药物治疗、心理治疗等。心理治疗师运用认知行为疗法、人本主义疗法等帮助患者改善心理状态。如对强迫症患者小F,心理治疗师通过认知行为疗法,帮助小F识别与纠正不合理认知与行为模式,缓解症状。

专业机构的康复资源整合与链接能力强。精神康复中心与社区、企业等合作,为患者提供就业培训、职业介绍及生活救助等资源。某精神康复中心与当地企业合作,为患者提供就业岗位,帮助患者实现职业康复。专业机构还为患者家属提供培训与支持,提升家属照护能力与心理应对能力,更好协助患者康复。专业机构支持

是精神科患者康复不可或缺的重要力量。

### 3 社会支持对精神科患者康复影响的实证研究

#### 3.1 研究设计与方法

本研究采用实证研究方法，探究社会支持对精神科患者康复的影响。选取 200 名涵盖多种常见精神疾病的患者作为研究对象，确保样本有代表性。研究工具包括社会支持评定量表（SSRS）、精神科康复评定量表（PS P）、症状自评量表（SCL - 90），并设计患者一般情况调查问卷。采用问卷调查法收集数据，由培训后的调查人员发放问卷并说明要求。同时选取部分患者访谈，围绕社会支持经历等方面展开，录音后转录分析。

#### 3.2 数据收集与分析

问卷调查发放 200 份，回收有效问卷 185 份，有效回收率 92.5%。用 SPSS22.0 分析数据，先对患者一般情况描述性统计，再计算各量表得分并分析分布。相关性分析显示，社会支持总分与精神科康复评定量表得分正相关、与症状自评量表得分负相关。回归分析表明，主观支持维度和对支持的利用度维度对患者康复有显著正向预测作用。访谈数据主题分析提炼出社会支持影响患者康复的关键主题，与问卷调查结果相互印证。

#### 3.3 研究结果与讨论

研究结果表明，社会支持对精神科患者康复有显著积极影响，高社会支持水平患者康复状况更优。主观支持对康复影响大，能改善患者心理状态、增强康复信心。对支持的利用度高的患者能更好应对康复问题。不同社会支持主体中，家庭、社区、朋辈、专业机构支持各有作用，相互补充促进患者康复。本研究结果与国内外相关研究一致，验证了社会支持的重要性，但目前社会支持实施存在问题，未来需加强体系建设，提高质量与可及性，促进患者康复与回归社会。

### 4 提升社会支持促进精神科患者康复的策略

#### 4.1 完善社会支持体系

构建全方位、多层次社会支持体系是提升精神科患者康复效果的关键。政府应加大对精神卫生事业投入，制定政策法规保障患者权益，设立专项康复基金。如某市出台扶持政策，每年投入资金推动精神卫生事业发展。同时，整合家庭、社区等多方资源，形成协同支持网络，建立信息共享平台。社区组织培训活动，专业机构提供技术指导，朋辈支持小组结合社区活动。此外，鼓励社会组织参与，开展康复志愿服务等活动。如某社会组织

为患者提供免费咨询与指导，获患者好评。完善社会支持体系，为患者康复提供保障。

#### 4.2 提高社会支持质量

丰富支持内容，满足患者多元需求。在情感支持基础上，加强心理支持，提供定期心理辅导；加大职业支持，开展个性化培训并链接就业资源。如为有绘画特长患者提供培训与工作机会。加强专业人员培训，对社区康复工作者等进行知识、技能及沟通技巧培训。某社区邀请专家授课提高服务质量。建立评估反馈机制，运用科学工具评估支持效果，根据患者反馈调整策略，提高支持质量。

#### 4.3 消除社会歧视

加强宣传教育，利用媒体平台宣传精神疾病知识，制作公益广告、科普视频展示患者积极形象。如某电视台制作科普节目。开展反歧视倡导活动，社会组织、社区联合举办主题活动，促进理解交流。推动法律保障，完善反歧视法律法规，明确歧视行为界定与处罚。多方面努力消除歧视，为患者康复创造良好环境。

### 5 结论与展望

本研究探讨社会支持对精神科患者康复的影响，揭示其重要作用与影响机制。家庭、社区、朋辈、专业机构等支持主体协同促进患者康复，实证研究证实社会支持与患者康复状况正相关，为提升康复水平提供证据。当前精神科患者社会支持存在体系不完善、质量待提高、社会歧视严重等问题。未来需完善社会支持体系，整合资源；提高支持质量，满足多元需求；加大反歧视力度，营造包容环境。同时，深入研究不同类型患者特殊需求，探索针对性、个性化支持模式，为康复事业提供支撑，助力患者回归社会。

### 参考文献

- [1] 郭静华, 孙岳, 芦洁. 促进精神分裂症患者康复的策略和社会支持的作用 [J]. 医学研究, 2024, 1(4)
- [2] 周逸如, 陈树乔, 吴泽敏. 社会支持对精神分裂症患者康复的影响 [J]. 护理学杂志: 综合版, 2005.
- [3] 陈琼妮, 刘莉, 张丹, 等. 社会支持对精神分裂症患者生活质量的影响 [J]. 中国临床心理学杂志, 2016.

作者简介：杨轩皓（1991 年 12 月），性别：男，学历：大学本科，民族：汉，籍贯：江苏省东海县，职称：主治医师，研究方向：精神卫生。